



20/07/2017
Federació

Estada de Tecnificació Ciclista de Cadets

11, 12 i 13 AGOST

Organitza: Federació Catalana de Ciclisme

Â

Lâ Estada Ciclista âTecnificaci3â, estÃ oberta a tots els cadets amb llicÃ¨ncia federativa, que competeixen en les modalitats del BTT i/o carretera.

Ofereix a tots els cadets una formaci3 adaptada al seu esport, i la possibilitat de perfeccionar la tÃ¨cnica i qualitat dâentrenaments,Â amb les necessitats, coneixements i millores que seâls hi plantegen a aquestes edats. Lâentorn de la Comarca del RipollÃ¨s, Ã©s ideal per als entrenaments tant en carretera, com en BTT, aixÃ com les instalÂ·lacions esportives que ens ofereix en Centre de Tecnificaci3 Esportiva del RipollÃ¨s.

Â

Lloc:

- Hotel La Solana de Ripoll (2 nits)
- InstalÂ·lacions Esportives de Ripoll
- Entorn Natural i carreteres del RipollÃ¨s

Â

Dies: 11, 12 i 13 dâAgost. Acollida a l'Hotel el divendres 11, a les 10h matÃ .

El primer dia del campus durant lâarribada cada nen/a ha de presentar lâAutoritzaci3 dels pares signada (se us enviarÃ al rebre la inscripci3), catsalut, llicÃ¨ncia federativa i DNI.

Sortida i recollida: el diumenge 13, a les 17h tarda.

Â

Â

Qui sâhi pot inscriure i quines activitats faran?

Obert a nens i nenes dels 15 als 16 anys (cadets), nascuts els anys 2001 i 2002, amb possessi3 de la llicÃ¨ncia federativa i que practiquin el BTT i/o el ciclisme en carretera; i que vulguin aprendre noves tÃ¨cniques, realitzar bons entrenaments i adquirir coneixements sobre, preparaci3 i recuperaci3, nutrici3, psicologia esportiva, i diversos tallers de mecÃ nica, estiraments, etc. Places limitades a 30 inscripcions.Â Tindran prioritat els cadets de les Escoles i Equips de Ciclisme inscrits a la FCC.

Â

Que cal portar?

Documentaci3 personal (DNI, Catsalut, llicÃ¨ncia Federativa) i Autoritzaci3 pares.

Equipaments ciclistes per entrenar durant tres dies. Bicicleta de la modalitat que practiqueu o competiu, es poden portar totes dues bicicletes en cas de tenir-les. Material ciclista: casc i guants obligatoris.

Â

Inscripcions i preus:

El preu per als tres dies de la Estada (pensi3 complerta) Ã©s de 90 euros, la FCC subvenciona en un 40% el cost de cada cadet federat.

Queden tancades les Inscripcions per haver arribat al cupo establert.Â

Â

Per qualsevol dubte i informaci3 us podeu adreÃ§ar al correu: tecnicos@ciclisme.cat [1]

[2]

Links

[1] <mailto:tecnicos@ciclisme.cat> [2] <https://www.ciclisme.cat/printpdf/node/5018501>